

## 「働く人からの悩み相談」統計結果

### 【統計の概要】

期 間：2013年4月1日～2014年3月31日までの1年間

相談室：日本産業カウンセラー協会が所有する全国35ヶ所の相談室

(札幌、仙台、盛岡、高崎、新潟、長野、さいたま、宇都宮、柏、千葉、渋谷、立川、甲府、横浜、名古屋、静岡、津、金沢、大阪、京都、神戸、岡山、広島、松江、松山、高松、高知、徳島、福岡、北九州、宮崎、鹿児島、長崎、熊本、那覇)

電話相談：通年開設している無料電話相談の利用状況

相談内容の内訳：「職場の問題」「キャリアカウンセリング」「自分自身のこと」「メンタル不調・病気」「家庭の問題」「生活全般」の6つに大きく分類し、各分類ごとに相談内容を細分化し相談者からの主な相談内容をカウンセラーが一つだけ選択する形で統計をまとめました。

### 【相談室利用状況】

- ・相談室の利用に関しては、男女ともに30代及び40代の利用が目立つ。
- ・利用者全体の6割強にあたる人数がこの世代に集中している。  
いわゆる働き盛りで多くが企業の中管理職となるであろう年代の労働者が、多くの悩みを抱え相談室を利用していることがわかる。
- ・相談内容については、職場の問題、自分自身のことについての相談がそれぞれ3割強を占める。
- ・職場の問題では、「仕事のこと」「人間関係」についての悩み・相談が大半を占めている。

### ◆年代・男女別相談件数割合

	男性	割合	女性	割合	合計	割合
10代	14	0.6%	12	0.6%	26	0.6%
20代	353	14.4%	343	17.1%	696	15.6%
30代	622	25.4%	568	28.3%	1,190	26.7%
40代	921	37.6%	617	30.7%	1,538	34.5%
50代	455	18.6%	307	15.3%	762	17.1%
60代	73	3.0%	140	7.0%	213	4.8%
70代以上	10	0.4%	18	0.9%	28	0.6%
不明	2	0.1%	3	0.1%	5	0.1%
	2,450	100%	2,008	100%	4,458	100%

### ◆分野別・年代別相談件数

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
A職場の問題	1	238	390	495	218	24	0	2	1,368	30.7%
Bキャリアカウンセリング	0	65	104	112	45	13	0	0	339	7.6%
C自分自身のこと	17	271	411	470	212	78	5	0	1,464	32.8%
Dメンタル不調・病気	2	93	140	217	80	9	1	0	542	12.2%
E家庭の問題	4	22	129	208	165	58	17	2	605	13.6%
F生活全般	0	5	3	9	5	4	0	0	26	0.6%
その他	2	2	13	27	37	27	5	1	114	2.6%
総計	26	696	1,190	1,538	762	213	28	5	4,458	100.0%

## ◆分野別相談件数割合

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
A職場の問題	1,368	30.7%	844	34.4%	524	26.1%
Bキャリアカウンセリング	339	7.6%	202	8.2%	137	6.8%
C自分自身のこと	1,464	32.8%	703	28.7%	761	37.9%
Dメンタル不調・病気	542	12.2%	392	16.0%	150	7.5%
E家庭の問題	605	13.6%	251	10.2%	354	17.6%
F生活全般	26	0.6%	15	0.6%	11	0.5%
その他	114	2.6%	43	1.8%	71	3.5%
総計	4,458	100.0%	2,450	100.0%	2,008	100.0%

## &lt;A「職場の問題」に関する相談内訳&gt;

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事のこと	561	41.0%	394	46.7%	167	31.9%
人間関係	468	34.2%	212	25.1%	256	48.9%
職場環境	134	9.8%	103	12.2%	31	5.9%
労働条件	16	1.2%	7	0.8%	9	1.7%
セクハラ・パワハラ	52	3.8%	28	3.3%	24	4.6%
いじめ	37	2.7%	25	3.0%	12	2.3%
その他	100	7.3%	75	8.9%	25	4.8%
合計	1,368	100.0%	844	100.0%	524	100.0%

## &lt;B「キャリアカウンセリング」に関する相談内訳&gt;

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事の適性	66	19.5%	50	24.8%	16	11.7%
雇用形態	17	5.0%	15	7.4%	2	1.5%
転職・退職	86	25.4%	52	25.7%	34	24.8%
キャリアプランニング(開発)	41	12.1%	22	10.9%	19	13.9%
ライフキャリア	39	11.5%	24	11.9%	15	10.9%
求職	38	11.2%	29	14.4%	9	6.6%
復職	46	13.6%	7	3.5%	39	28.5%
解雇	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
その他	6	1.8%	3	1.5%	3	2.2%
合計	339	100.0%	202	100.0%	137	100.0%

## &lt;C「自分自身のこと」に関する相談内訳&gt;

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
性格	522	35.7%	219	31.2%	303	39.8%
人間関係	198	13.5%	95	13.5%	103	13.5%
生き方	547	37.4%	308	43.8%	239	31.4%
恋愛・結婚	62	4.2%	12	1.7%	50	6.6%
友人関係	52	3.6%	24	3.4%	28	3.7%
病気	20	1.4%	12	1.7%	8	1.1%
その他	63	4.3%	33	4.7%	30	3.9%
合計	1,464	100.0%	703	100.0%	761	100.0%

<D「メンタル不調・病気」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
うつ	204	37.6%	160	40.8%	44	29.3%
パニック障害	10	1.8%	5	1.3%	5	3.3%
PTSD	42	7.7%	28	7.1%	14	9.3%
メンタルな病気	211	38.9%	151	38.5%	60	40.0%
その他	60	11.1%	36	9.2%	24	16.0%
希死念慮	15	2.8%	12	3.1%	3	2.0%
合計	542	100.0%	392	100.0%	150	100.0%

<E「家庭の問題」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
夫婦問題・離婚	282	46.6%	152	60.6%	130	36.7%
DV	22	3.6%	6	2.4%	16	4.5%
親子関係	167	27.6%	47	18.7%	120	33.9%
育児	13	2.1%	4	1.6%	9	2.5%
虐待	3	0.5%	1	0.4%	2	0.6%
ひきこもり	20	3.3%	6	2.4%	14	4.0%
介護	21	3.5%	12	4.8%	9	2.5%
その他	77	12.7%	23	9.2%	54	15.3%
合計	605	100.0%	251	100.0%	354	100.0%

<F「生活全般」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
金銭問題	17	65.4%	11	73.3%	6	54.5%
法律問題	1	3.8%	0	0.0%	1	9.1%
隣人とのトラブル	1	3.8%	0	0.0%	1	9.1%
ストーカー	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
その他	7	26.9%	4	26.7%	3	27.3%
合計	26	100.0%	15	100.0%	11	100.0%

### 【通年電話相談「働く人の悩みホットライン」利用状況】

- ・「働く人のホットライン」の利用に関しては、男女ともに30代及び40代の利用が目立つ。
- ・利用者全体の6割強にあたる人数がこの世代に集中している。  
いわゆる働き盛りで多くが企業の中間管理職となるであろう年代の労働者が、多くの悩みを抱え電話相談を利用していることがわかる。
- ・相談室の利用に比べ、女性による利用が相談室の利用に比べ、約3割増となっており、非常に多いことが見て取れる。
- ・相談内容については、「職場の問題」についての相談が相談内容全体の約半数を占める。
- ・職場の問題では、「人間関係」についての悩み・相談が約4割を占めているが、セクハラ・パワハラに関して相談室の利用に比べ約5倍の255件の相談を受けている。

#### ◆年代・男女別相談件数割合

	男性	割合	女性	割合	合計	割合
10代	8	0.5%	7	0.3%	15	0.4%
20代	285	17.0%	483	18.6%	768	17.9%
30代	609	36.3%	828	31.8%	1437	33.6%
40代	427	25.4%	819	31.5%	1246	29.1%
50代	233	13.9%	307	11.8%	540	12.6%
60代	30	1.8%	41	1.6%	71	1.7%
70代以上	2	0.1%	3	0.1%	5	0.1%
不明	86	5.1%	114	4.4%	200	4.7%
	1680	100.0%	2602	100.0%	4282	100%

#### ◆分野別・年代別相談件数

	10代	20代	30代	40代	50代	60代	70代	不明	合計	割合
A職場の問題	10	439	674	611	208	28	1	40	2,011	47.0%
Bキャリアカウンセリング	0	151	176	190	60	4	1	3	585	13.7%
C自分自身のこと	5	65	285	194	128	13	0	23	713	16.7%
Dメンタル不調・病気	0	81	212	141	38	10	1	9	492	11.5%
E家庭の問題	0	12	42	54	77	10	1	6	202	4.7%
F生活全般	0	2	26	26	19	5	1	1	80	1.9%
その他	0	18	22	30	10	1	0	118	199	4.6%
総計	15	768	1,437	1,246	540	71	5	200	4,282	100.0%

◆分野別別相談件数割合

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
A職場の問題	2,011	47.0%	696	41.4%	1,315	50.5%
Bキャリアカウンセリング	585	13.7%	241	14.3%	344	13.2%
C自分自身のこと	713	16.7%	300	17.9%	413	15.9%
Dメンタル不調・病気	492	11.5%	257	15.3%	235	9.0%
E家庭の問題	202	4.7%	59	3.5%	143	5.5%
F生活全般	80	1.9%	34	2.0%	46	1.8%
その他	199	4.6%	93	5.5%	106	4.1%
総計	4,282	100.0%	1,680	100.0%	2,602	100.0%

<A「職場の問題」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事のこと	580	28.8%	227	32.6%	353	26.8%
人間関係	838	41.7%	258	37.1%	580	44.1%
職場環境	119	5.9%	40	5.7%	79	6.0%
労働条件	122	6.1%	49	7.0%	73	5.6%
セクハラ・パワハラ	255	12.7%	91	13.1%	164	12.5%
いじめ	56	2.8%	14	2.0%	42	3.2%
その他	41	2.0%	17	2.4%	24	1.8%
合計	2,011	100.0%	696	100.0%	1,315	100.0%

<B「キャリアカウンセリング」に関する相談内訳>

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
仕事の適性	60	10.2%	16	6.6%	44	12.8%
雇用形態	3	0.5%	1	0.4%	2	0.6%
転職・退職	260	44.4%	117	48.5%	143	41.4%
キャリアプランニング(開発)	23	3.9%	9	3.7%	14	4.1%
ライフキャリア	23	3.9%	7	2.9%	16	4.6%
求職	138	23.5%	68	28.2%	70	20.3%
復職	52	8.9%	15	6.2%	37	10.7%
解雇	18	3.1%	5	2.1%	13	3.8%
その他	9	1.5%	3	1.2%	6	1.7%
合計	586	100.0%	241	100.0%	345	100.0%

< C 「自分自身のこと」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
性格	96	13.5%	42	14.0%	54	13.1%
人間関係	97	13.6%	38	12.7%	59	14.3%
生き方	334	46.8%	134	44.7%	200	48.4%
恋愛・結婚	36	5.0%	14	4.7%	22	5.3%
友人関係	11	1.5%	4	1.3%	7	1.7%
病気	36	5.0%	10	3.3%	26	6.3%
その他	103	14.4%	58	19.3%	45	10.9%
合計	713	100.0%	300	100.0%	413	100.0%

< D 「メンタル不調・病気」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
うつ	140	28.5%	72	28.0%	68	28.9%
パニック障害	7	1.4%	4	1.6%	3	1.3%
PTSD	3	0.6%	2	0.8%	1	0.4%
メンタルな病気	238	48.4%	132	51.4%	106	45.1%
その他	87	17.7%	39	15.2%	48	20.4%
希死念慮	17	3.5%	8	3.1%	9	3.8%
合計	492	100.0%	257	100.0%	235	100.0%

< E 「家庭の問題」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
夫婦問題・離婚	49	24.3%	26	44.1%	23	16.1%
DV	3	1.5%	0	0.0%	3	2.1%
親子関係	86	42.6%	16	27.1%	70	49.0%
育児	4	2.0%	0	0.0%	4	2.8%
虐待	0	0.0%	0	0.0%	0	0.0%
ひきこもり	3	1.5%	1	1.7%	2	1.4%
介護	9	4.5%	2	3.4%	7	4.9%
その他	48	23.8%	14	23.7%	34	23.8%
合計	202	100.0%	59	100.0%	143	100.0%

< F 「生活全般」に関する相談内訳 >

	件数	割合	男性	男性の割合	女性	女性の割合
金銭問題	9	11.3%	5	14.7%	4	8.7%
法律問題	6	7.5%	4	11.8%	2	4.3%
隣人とのトラブル	9	11.3%	3	8.8%	6	13.0%
ストーカー	4	5.0%	0	0.0%	4	8.7%
その他	52	65.0%	22	64.7%	30	65.2%
合計	80	100.0%	34	100.0%	46	100.0%